

<<从怀孕开始变美>>

图书基本信息

书名：<<从怀孕开始变美>>

13位ISBN编号：9787508643519

10位ISBN编号：7508643518

出版时间：2014-1-1

出版时间：中信出版社

作者：小P老师

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<从怀孕开始变美>>

内容概要

《从怀孕开始变美：小P老师教你孕期360度美丽养护》是本神奇的孕期保养书能给你带来漂亮、快乐的正能量！

小S这样评价《从怀孕开始变美》这本书：“让孕妈妈变漂亮，心情变好，这就是最好的胎教！”

孕期用什么护肤品？

能不能化妆？

怎样防止妊娠斑？

肌肤暗沉、面部水肿怎么办？

饮食上要注意什么？

产后怎样消灭小肚子？

孕期脱发怎么办？

不能经常洗头，非得剪短发吗？

身材变化后该穿什么？

.....

孕妈们最关心的问题，小P老师在这《从怀孕开始变美：小P老师教你孕期360度美丽养护》中为大家一一解答。

这本实用的操作秘籍分为面部保养篇、身体保养篇、头发护理篇和服饰搭配篇。

小P老师联合20位专家，为孕期女性提供全面、专业、权威的建议；多位辣妈也组成智囊团现身说法，将心得体会娓娓道来。

聪明的女人会将怀孕作为变美的契机，展现最美的生命姿态。

在保证健康的前提之下，孕妈多花一点点心思来修饰自己，就可以美美地迎接上天赐予的生命礼物！

<<从怀孕开始变美>>

作者简介

小P老师，美容专家，亚洲最具人气造型师，曾担任大小S、林志玲、蔡康永、何炅、黄晓明等知名艺人专属造型师。

超级时尚达人。

曾为金马奖、戛纳影展、釜山影展做造型设计。

参与《美丽俏佳人》《今夜女人帮》《我是大美人》等多档电视节目录制。

在《时尚COSMO》《红秀》《瑞丽服饰美容》《健康之友》等多本杂志开设专栏。

凭借对时尚敏锐的感知力，对美容护肤、整体造型设计的准确把握和诠释，小P老师被时尚媒体誉为“最具贡献专家”、“百变造型魔法师”。

<<从怀孕开始变美>>

书籍目录

第一章 面部保养篇

1. 怀孕后更要重视护肤
2. 护肤品的选择与存放
3. 面部过敏需谨慎
4. 让面膜为肌肤加分
5. 解决面部水肿的方法大公开
6. 加强防晒，拒绝长斑
7. 和痘痘肌say 拜拜
8. 不要被叫“黄脸婆”
9. 淡妆，让幸福的准妈妈更美
10. 为不同职业的孕妈打造三种风格美妆
11. 彻底卸妆，肌肤无负担再入眠
12. 孕期也别忘记去角质
13. 精油，有人爱有人怕

第二章 身体保养篇

1. 孕期该不该控制饮食？
2. 孕期水肿别担心
3. 给自己多一点儿活力
4. 正确看待“妊娠纹”
5. 产后，我要瘦成一道闪电
6. 消灭小肚子，离辣妈再进一步
7. 这样穿高跟鞋，美丽又安全
8. “变美利器”还是“隐形杀手”？

第三章 头发护理篇

1. 孕期护发产品挑选及保养
2. 谁说孕妇非要剪短发？
3. 防治孕期脱发有妙招
4. 即使不洗头，发型也有大变化

第四章 服饰搭配篇

1. 职场辣妈的简洁造型
2. 全职辣妈的休闲造型
3. 正式场合的特别策划
4. 孕妇禁忌单品

附录 拍出完美孕照的“心机”指南

<<从怀孕开始变美>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>